مملكة المرأة

مسائل الفسيولوجيا
المنع وحاجة الجسم اليه
بحث سحي علمي
الارباح والصحة والفحص الطبي
اهمية التعليم المنزلي للفتاة
للعربية فاطمة لبيبي
عقل الطفل في تطوره
لاحمد عطية الله
الاولاد ودرس الطبيعة
مميزات الطفل النفسية

بسائط الفسيولوجيا

« اعرف نفسك » حكمة كانت شعاراً لليونان الاقدمين . وهذه الحكمة على جلالة قدرها في تلك العصور البديعة ، اجلُّ شأناً في عصرنا الحاضر . كانت معرفة اليونان بافعال الاحياء ، ووظائف اعضائها اقلَّ من معرفتنا نحن ولكن حاجتهم اليها كانت اقل من حاجتنا ، لان معيشتهم كانت اقرب الى الطبيعة من معيشتنا . فكانوا ينفقون معظم وقتهم في الهواء . ولا يزدحمون ازدحامنا في الدور المقفلة . وكان طعامهم بسيطاً مغذيًا . وكانت اجسامهم نشيطة لان اجهزتهم كانت تتيح لهم استنشاق الهواء النقي وتمرين العضلات فلا تهزل ولا تضمر

ولكن الناس في هذا العصر مزدحمون في مدن مزدحمة . وقلَّ من تتاح لهُ فرصة التمرين الرياضيّ الاَّ اذا قصد الى ذلك ووفّر له العزم والوقت والنفقة . فنحن اكثر تعرضاً منهم للامراض المعدية ، لاننا نقيم في الغالب في دور مقفلة ، وننتقل بالسيارات الخاصة او العامة ، ونستعمل التليفون بدلاً من المشي الى مكتب صديق نريد مخاطبتهُ ، ونأكل اصنافاً من الطعام ، يختلط فيها المفيد بالضارّ ، وبعض هذه الاطعمة محضر في معامل فلا ندري هل هو نقي من الشوائب او لا . ثم ان اعمال طائفة كبيرة منا تلقي على اعصابنا عبئاً ثقيلاً ، لان عمل الدماغ ، يحلُّ عندها الى حدّ بعيد ، محلَّ عمل العضلات

***

في هذه الحياة المعقّدة المضنية ، يصبح الاحتفاظ بالصحة والنشاط ، عملاً صعباً . فالناس في المدن ، يكونون في احوال غيرطبيعية حتى المعيشة في الريف تواجه مشكلات جمة معقّدة . فنحن في حاجة متزايدة ، الى فهم نواميس الحياة ، لكي نتمكن من المحافظة على الصحة الخاصة والعامة

فتعلّم الفسيولوجيا (الفسلجة — تعريب العراق — او علم وظائف الاعضاء اي عملها ترجمة) لا بدَّ منهُ لفهم القوانين الصحية وتطبيقها ، وبسائطهُ تسهوي القارىء لما فيها من العجائب ، لانها تنمُّ على حكمة الخالق في خلق كل عضو من الاعضاء ، واختصاصه بوظيفة من الوظائف ، وانشاء الصلات المحكمة بين الاعضاء جميعها ، حتى تعمل معاً عملاً متسقاً منتظماً ، هدفهُ صحة الكيان الفرديّ وسلامتهُ

والفسيولوجيا فروع اهمها الفسيولوجيا الوصفية وهي دراسة الاعضاء في حالتها الطبيعية ، والفسيولوجيا التجريبية ، اذ يعمد الباحث الى تغيير مقادير الغذاء واصنافه ودرجات الحرارة والرطوبة لمعرفة اثرها

في الجسم الحي والفسيولوجيا الباثولوجية وهي دراسة الاعضاء في حالة المرض . ولكن الغرض من هذه السلسلة، بسط اهم الحقائق عن اعضاء الجسم ووظائفها ، بكلام عام خالٍ من التعقيد . ونرجو ان يستفيد منهُ قرّاء هذا الباب وقارئاتهُ ، الفائدة التي نرجوها من كل ما تنشرهُ في المقتطف

الاعضاء والانسجة

نحن نعلم ان الاحياء تغتذي وتتنفس وتحسّ وتتمرز ، والعليا منها لها دورة دموية وجهاز عصبي يتدرج تعقيداً ، بتدرجها ارتقاءً في سلّم التطوّر . وقد يدهش بعض القرّاء ، اذا قلنا لهم ان النبات كذلك يغتذي ويتنفس ويفرز ولهُ سائل يدور في جسمهِ دوران الدم

والفرق المهم بين الاحياء الدنيا والاحياء العليا ، ان الاحياء الدنيا تقوم باعمال الحياة المتقدمة جملةً . فجسم الكائن الدنيء بجملتهِ ، يتحرك ويتنفس ويغتذي . ولكن الاحياء العليا لها اعضاء ، وكل عضو لهُ عملٌ خاصٌ بهِ . فالقلب ، رئيس الدورة الدموية ، والمعدة للهضم ، والعين للابصار . « فالعضو » هو ذلك الجانب من الجسم الحيّ الذي لهُ عمل خاص او وظيفة خاصة ، يقوم بها . وهو في عملهِ هذا ، يشترك مع الاعضاء الاخرى ، في حفظ كيان الجسم الحيّ . واذن نستطيع ان نتصور الجسم على أنهُ مجموعةٌ من الاعضاء التي تتعاون لتحقيق غرض خاص هو صحة الكيان وسلامتهُ

بناء الاعضاء

فاذا مضينا في تحليل الاعضاء نفسها وجدنا ان العضو في الجسم، كالنافذة في الدار او كالكرسي في البهو . فالنافذة ليست خشباً كلها وانما يدخل في بنائها الخشب والحديد والزجاج . والكرسي يدخل في تركيبهِ ، الخشب والجلد والقماش والقش او القطن . كذلك الانف في الجسم . فالجلد يغطيه من الخارج ، والغشاء المخاطي من الداخل ، وهو قائم على هيكل من الغضروف والعظم وتجري فيهِ اوعية دموية واعصاب ، وفي مدخلهِ شعر لتنقية الهواء الذي تتنفسهُ ، وفيهِ عضلات تمكننا من تحريكهِ ، حركةً يسيرة . فالانف مؤلف من انسجة مختلفة ، أي الجلد نسيج ، والعظم نسيج ، والغضروف نسيج وهكذا . « فالنسيج » هو نوع خاص من المادة الحية يعمل عملاً واحداً . والعضو في الغالب يبنى من انسجة مختلفة فاليد عضو مؤلف من عظم وعضل وعصب ودم وغيرها . وكلٌّ من هذه نسيج

الخلويا

بعد اكتشاف المكرسكوب في مطلع القرن السابع عشر ، عمد الباحثون ، الى تكبير الانسجة النباتية والحيوانية ، بعدستهِ ، لمعرفة بنائها فثبت لاحدهم في الثلث الاول من القرن التاسع عشر ان الانسجة مؤلفة ، من وحدات ، اشبه شيء بلبنات البناء . وكانت هذه الوحدات قد رؤيت قبل

قرن او قرنين من الزمان . فدعيت «خلايا» واحدتها « خلية » لانهُ ظن انها خالية من الداخل . ولكن العالمين الالمانيين شليدن وشوان اقاما على اساس علمي نظرية « البناء الخلوي » اي ان الانسجة مؤلفة من خلايا . وكان بعض الباحثين يرى ان هذه الخلايا تتصل بعضها ببعض بواسطة انابيب دقيقة ولكن الرأي الغالب ان كل خلية مستقلة عن الاخرى ، الاَّ بما تتبادلهُ عن طريق الامتصاص من السوائل

والخلايا في الجسم انواع مختلفة . وهي تختلف شكلاً وبناء . فالخلايا « الخاطية » كالافراص او كالاسطوانات والمسافة بين الخلية الواحدة والاخرى قليلة جدًّا . والخلايا « العضروفية » كانصاف الدوائر في شكلها وبعيدة واحدتها عن الاخرى يملأ الفراغ بينها مادة تفرزها الخلايا ، كالملاط بين اللبنات في الجدار . « والخلايا العظمية » تكون ملزوزة في العظم الحديث ، ثم تبتعد بعضها عن بعض رويداً رويداً اذ يكثر ما تفرزه الخلايا فيستقرُّ فيما بينها . وهذا الافراز يحتوي على مادة فصفات الكلس . وهو الذي يتحجّر ويمنح العظم قوامهُ الجامد . والخلايا « العصبية » تختلف شكلاً بعضها عن بعض فبعضها مستدير وبعضها مستطيل وبعضها لا شكل لهُ . والخلايا « العضلية » اشبه بالالياف المستدقة من اطرافها . فاذا انقبضت العضلة قصرت الالياف وتخنت من وسطها . والخلايا « الدموية » هي الكريات السابحة في سائل الدم فالكريات الحمر اقراص والكريات البيض لاشكل خاص لها

***

وتختلف الخلايا حجماً كذلك . فبعض الخلايا الحيوانية الصغيرة لا يزيد على $\frac{1}{3000}$ من الملمتر حالة ان بيضة الدجاجة — وهي خلية فردة — قد تزيد على بضعة سنتمترات

بناء الخلية

وقد عني الباحثون في العصر الحديث عناية خاصة ببناء الخلية . وتلخص مباحثهم في ان كل خلية مبنية من كتلة لزجة من المادة الحية (البروتوبلاسما) في داخلها كتلة كثيفة تعرف بالنواة ، والظاهر ان افعال الحياة في الخلية مركزها هذه النواة . لانهُ اذا ازيلت النواة من الخلية لم تطل حياتها بعد ذلك . وثمة اجزاء اخرى . فنستطيع ان نعرّف الخلية بقولنا انها « كتلة من البروتوبلاسما لها نواة ويحيط بها جدار في الغالب » . اما البروتوبلاسما من الناحية الكيماوية ، فركبة في الغالب من عناصر الكربون والايدروجين والاكسجين والنتروجين والحديد والكبريت والكلسيوم والفصفور . وقد توجد مقادير يسيرة من عناصر اخرى في بعض الخلايا . ولكنَّ العناصر المذكورة هي العناصر الاساسية . فالبروتوبلاسما ليست الحياة ، وانما هي المادة التي تبزغ فيها الحياة . ولا بدَّ لكل خلية من نواة ، ولا بدَّ كذلك لكل نواة من بروتوبلاسما تحيط بها

حياة الخلية

وتمتاز الخلايا الحية عن الجوامد بقدرتها على النماء والترميم والتكاثر بالانشطار. وليس في العالم المادي مادة تتضمن جميع الصفات الا مادة البروتوبلازما. وتغذو الخلية بما تمتصهُ من الخارج. ففي الجسم الانساني، تتناول الغذاء وتهضمهُ ثم يسري في الدم فتمتصهُ الخلايا كل خلية تمتص ما يوافقها وتمثلهُ. ثم ان الآلة المصنوعة من افضل انواع الفولاذ تبرى وتندثر رويداً رويداً فلا بدَّ من تجديد اجزائها. والخلايا ايضاً يأتي عليها القدم فتندثر او يندثر جانب منها، فيجب ان تجدَّد بناءها، او ان تحل خلايا جديدة نشيطة محلَّ الخلايا القديمة الضعيفة. والنمو والتجدُّد او الترميم من صفات المادة الحية. يضاف الى ذلك ان الخلايا الحية تستطيع ان تتكاثر بالانشطار. فالخلية الواحدة تنشطر خليتين. والاثنتان تنشطران اربعة. وهذا الانشطار نوع من التناسل في الحيوانات الدنيا

والحيوانات نوعان. نوع مؤلف من خلية واحدة، تستطيع ان تقوم بافعال الحياة الاساسية كالاغتذاء والهضم والتنفس والحركة والتكاثر. ولكن جسم الانسان مؤلف من الوف والوف الالوف من الخلايا. على ان الخلية الواحدة منها لا تستطيع ان تقوم بافعال الحياة مستقلة عن الاخرى. لكل خلية عمل خاص ولكن عملها يتوقف على اشتراكها مع الخلايا الاخرى. فالاجسام الكثيرة الخلايا، تعتمد على مبدإ تقسيم الاعمال، فخلايا تختص بالتناسل، واخرى تختص بالحركة، واخرى بتلقي الاحساس ونقله. وتقسيم الأعمال، والاختصاص، اساس لاجادة العمل واتقانهِ، على انهما يقتضيان التعاون التام، بين الخلايا المختلفة والانسجة والاعضاء المتباينة. وهذا يجعل جسم الانسان آلة معقدة التركيب، دقيقة البناء. والفصول التالية تفصل لنا هذا البناء حتى نستطيع الاحتفاظ بهِ سليماً صحيحاً

« في العدد القادم فصل في بناء الجسم من الناحية الكيماوية »

الملح وحاجة الجسم اليه

بحث صحي عامي

يرجع استعمال الملح في طعام الانسان والحيوانات الى أبعد ازمنة التاريخ. ويروي المؤرخ اللاتيني «طاشيتوس» Tacitus الذي عاش نحو قرن واحد قبل الميلاد عن نشوب حروب طاحنة بين قبائل الجرمان ضمناً بامتلاك مناجم الملح في جوار حدود بلادهم. كما ان «بلنيوس» العالم الطبيعي الروماني صاحب الانسيكلوبيديا الشهيرة المؤلفة من ٣٧ مجلداً في تاريخ العلوم القديمة والذي هلك في انفجار

فيزوش سنة ٧٩ م . قد اوصى باستعمال الملح كدواء جزيل النفع في كافة الآلام الجسمية والنفسية

ولم يبزغ فجر القرن الثاني عشر حتى عمّ استعمالهُ معظم بين طبقات الناس فأصبح طعاماً ضرورياً لا يمكن الاستغناء عنهُ لحياة الانسان وعيشهِ وفرضت عليهِ ضرائب اميرية فادحة كانت سبباً لاندلاع نيران ثورات دامية طيلة القرون الوسطى . وقد دامت هذه الفوضى حتى أواخر القرن الثامن عشر ثم زالت بزوال وطأة تلك الضرائب عن كاهل الاهلين ، لا سيما في فرنسا سنة ١٧٩٠ . لكن ما لبثت الحال ان رجعت في سنة ١٨٠٩ الى ما كانت عليهِ قبلاً عند ما سنّت الحكومات من جديد قانوناً يقضي بفرض جباية على ملح الطعام قدرها عُشر كي فرنك للكيلو غرام الواحد ، وحتى ايامنا هذه لا يزال هذا القانون معمولاً بهِ في كثير من البلدان ، ومنها فرنسا ، حيث لا يمكن ، بدون رخصة ، اغتراف لبتر واحد من ماء البحر لاستخراج الملح منهُ

﴿ الملح في ماء البحر ﴾ : الملح في الارض اما جامد كالصخر (ملح برّي) ، او ذائب في ماء البحر حيث يختلف فيهِ من ٢٥ غراماً الى ٣٥ غراماً في اللبتر الواحد . ويذهب بعض العلماء الى ان هذا المقدار في العصور الخوالي — عند ما كانت درجة الحرارة أعلى مما هي عليهِ الآن ، اي ٤٠ الى ٤٢ درجة — لم يتعدَّ الـ ٨ الى ٩ غرامات في اللبتر الواحد . لكنَّ الامطار ومجاري المياه أخذت تغسل تدريجاً الاراضي العملة وتجرف الى الاوقيانوسات من الملح على توالي السنين ما يكفي لتغطية سطح الكرة الارضية بطبقة لا يقلّ سمكها عن ٢٥ متراً

﴿ الملح في الجسم ﴾ : يؤخذ من احصاءات العلماء ان متوسط ما يستهلكهُ الانسان من الملح يتباين من ٤ كيلو غرامات الى اربعة ونصف سنوياً . لكن هل هذا المقدار لازم لجسم الانسان حقيقة ؟ هذا ما يزال الكيماويون والاطباء يختلفون في تقديره . وانما هناك شيء لا ينكر وهو ان الملح ذو تأثير نافع جداً في بعض الحيوانات الداجنة لانهُ يساعدها على هضم بعض انواع العلف والكلأ وان اغلب الحيوانات المذكورة ، عدا الكلب والهر ، لها ميل خاص للطعام المملح

اما مقدار ما يحويهِ الجسم من الملح فيبلغ بحسب الاختبارات الحديثة نحو ٢٠٠ غراماً موزعة كما يلي : ٧ غرامات بالألف في الدم ، ونحو غرام واحد بالألف في العضلات الطرية ، و٧ر١ غرام في المادة العصبية و١٣ر١ غرام في الكبد . اما العظام فخالية منهُ بعكس الغضاريف التي تحتوي منهُ على مقدار وافر

كذلك نجد الملح في مفرزات جسم الانسان : فالبول يقذف منهُ يومياً الى الخارج نحو ١٣ غراماً (وهذا الرقم يهبط وقت وجود الحمّى) ، والعرق غرامين في الاربع وعشرين ساعة ، واللعاب نحو غرام واحد بالمائة ، والحليب ٣٥ر١ غرام في اللبتر الواحد (اي أكثر من حليب البقر الذي لا يحتوي الاّ على ٨١ سنتغرام بالألف) . واخيراً الجهاز الهضمي الذي يحتوي على مقدار وافر منهُ اذ بفضل وجوده في خلايا المعدة يتكوّن الحامض الايدروكلوريك الذي يعطي للعصارة المعدية خواصها المعروفة . فاذا كثر مقدار الملح في طعامنا كثرت افرازات العصارة المعدية

وليس الملح لازماً فقط لافراز العصارة المعدية هذه بل ان وجوده في الدم يساعد بوجهٍ خاص

على فرد ، كافة الاخلاط وتقاية الجسم السامة الخطرة عن طريق الكليتين : كالحامض البولي ، والكرياتين والسكر عند المصابين بداء البول السكري الخ . . . واذا ما خفضنا البول بعد ثلاثة أيام من الانقطاع التام عن استعمال الملح لم نجد فيه اكثر من غرام او غرامين في الاربع وعشرين ساعة ، حالة ان مقداره في الدم يبقى دائماً ثابتاً ، ولهذا يجب ان نوجد الـ ١٣ غراماً من الملح المستخرجة يومياً من الجسم . فما العمل ؟

ان التغذية تحل هذه المعضلة حلاً سهلاً . فالمواد الغذائية الاعتيادية تدخل يومياً في جسمنا ٧ غرامات من الملح . ولكي نكمل الـ ١٣ غراماً المطلوبة يجب ان نضيف الى اطعمتنا اثنتا الغرامات الناقصة وذلك بتمليح هذه الاطعمة — تمليحاً قد يصل الى ١٥ و ١٧ و ٢٠ غرام يومياً بما نتناوله من المآكل المتبلة ، والحساء وغيرها وذلك إما قصداً او بالعادة . وفي الواقع ان الملح مهيج للشهية والتغذية ونحن نفرط في استعماله من غير ان نشعر شأننا بوجه عام في المهيجات الاخرى كالقهوة والمشروبات الكحولية والتدخين مثلاً . وعلى كل فاننا نجد في التركيب الكيماوي للاطعمة المذكورة ان نسبة الملح فيها كما يأتي : ١٥ سنتغراماً بالألف في الليتر الواحد من المرق ، ونحو غرام واحد بالألف في اللحم ، و ٨١ سنتغراماً بالألف في لبن البقر ، و ١٢ و ١ غرام بالمائة في البيض ، و ٢٣ بالمائة في سمك البلـّا Raie كذلك في اسماك البحر الاخرى الغنية بالملح بنوع خاص ، ثم الجبن المملح . . . واخيراً الخبز الذي يتراوح مقدار الملح في الكيلو غرام الواحد منهُ من ٥ الى ١٥ غراماً بحسب كونهِ عادياً او فاخراً

﴿الملح في الاطعمة النباتية﴾ : ولنذكر الآن شيئاً عن الاطعمة النباتية التي طالما شأن كبير والتي قدرت نسبته بنحو ٧٧ ٪ من مجموع اطعمة الانسان . واليك بعض الارقام عن نسبة وجود الملح في ١٠٠ جزء من البقول الطرية المحروقة : العدس ١٨ر٥ غرامات ، الفاصوليا البيضاء ٧١ر٣ غرامات ، البسلة ٩٠ر١ غرام ، الفول ٤٤ر٢ غرامين . اما البطاطس فخالية منهُ عدا نوع او نوعين منها ، بعكس الهليون والقنبيط (القرنبيط) اللذان يحتويان على مقدار كبير منهُ . لكن الاثمار والفاكهة الغنية كالتفاح والكمثرى (والاجاص) والخوخ والكرز الخ . . فمقداره فيها ضئيل جداً ويتراوح ما بين ٣ر ١٤ سنتغراماً بالألف

فيجب اذن أن نملح اطعمتنا بنسبة ٦ غرامات يومياً . ولربَّ سائل يسأل : هل هذا التمليح الاضافي هو بالحقيقة ضروري ونافع لجسم الانسان ؟ الجواب عن هذا ان المسألة لا تزال حتى الآن قيد البحث وآراء الاطباء مختلفة بشأنها . فالاستاذ ريشه Richet يجد ان غرامين ونصف من الملح تكفي يومياً لشخص وزنهُ ٦٠ كيلو غراماً . كما ان بعض الكيمائيين يرون ان الحدّ النهائي لذلك هو غرامين فقط . وفي كلتا الحالتين يظهر ان الارقام المذكورة لا تفي بحاجة الجسم ، بينما السبع غرامات المنوَّه عنها اعلاه هي اقرب الى الحقيقة الراهنة لانها مستندة على اختبارات فسيولوجية

عرفنا مما تقدم ان الملح يساعد على افراز العصارة المعدية ويزيد مقدار حامض الكلور ، ففي بعض حالات سوء الهضم نرى الافرازات المذكورة تزداد زيادة فائقة سواء من جهة مقدارها أم من

جهة حموضتها، وممسوحة باعراضها المختلفة المزعجة : كالتجشوآت ، والتقيوآت الحامضة والحرقة الخ.. أليس بالامر المعقول اذاً أن نتذكر والحالة هذه أن بتقليلنا استعمال الملح يقلّ مقدار العصارة المعدية وحموضتها ؟ ان الاختبار يؤيد هذه النظرية العائبة لاننا كثيراً ما نشاهد زوال الاعراض المتقدم ذكرها والشفاء من سوء الهضم ، مع تحسن في حالة الشخص العامة بفضل الاطعمة قليلة الملح او بالامتناع عن هذا الملح مؤقتاً

﴿ الملح والكلى ﴾ : ولننظر الآن من جهة تأثير الملح في الكليتين : فعندما تكون «المصفاة» الكلوية متلبدة بالاوساخ او مصابة باحد الامراض كما هي الحال مثلاً في التهاب الكلية ، او البيلة الآحينية Albuminurie او ايضاً مرض بريط Bright يصعب حينئذٍ على الملح أن «يمرّ» بتلك المصفاة الى الخارج فيأخذ اذ ذاك يتجمع ويتراكم في الخلايا ، فيملأ الانسجة ويجذب اليه مصل الدم وتكون النتيجة ظهور ما تراه عادةً في التهابات الكلية من الترشحات والانتفاخ والاورام في الارجل والسيقان ، والاستسقاء وغيره

فراحةً للمريض من هذه الحالة المزعجة إن لم نقل المؤلمة ، كان لا بدّ من اتخاذ الوسائل الفعالة المدرّة للبول والمزيلة للاعراض المذكورة الناتجة عن ركود الماء في النسيج الخلوي . وقد رأى الاطباء في الحمية عن الملح او بالاقتصار على الاطعمة قليلة الملح : كالحليب والسكر والخبز مثلاً أكبر مساعد على ذلك ، خصوصاً في امراض القلب . وفي الواقع ان هذه الاطعمة لا تُدخل في جسمنا إلاّ قدراً ضئيلاً جداً من الملح لا يتعدى ١ر٢٧ غرام في الاربع وعشرين ساعة لمائة غرام من الخبز مع ليترين من الحليب المحلى بالسكر بنسبة ٤٠ غرام في الالف

هذا من جهة . ومن جهة اخرى اذا ما اردنا مثلاً ان نملّح الحليب او اطعمة الاشخاص المصابين باحد الامراض المتقدم ذكرها فلا تلبث تلك الاضطرابات ان تظهر كما كانت ، وعلى الضد نرى الاضطرابات نفسها تزول عندما نرجع الى الحمية عن الملح في طعامنا . وقد تبين الآن انه يمكن للمصاب بالبيلة الآحينية ان يقتات كالشخص السليم — بشرط ان يكون طعامهُ خالياً من الملح

أما عند المبتلين بالصرع ففائدة الحمية عن الملح لا تقدّر ، لا سيما اذا قرنت باستعمال برومور البوتاس الذي هو دواء الصرع . ففي هذه الحالة يكون اثر هذا الدواء ، ولو كان مقداره يسيراً ، اضمن واعظم فائدة مما لو كان وحده . فلستنتج من هذا كله ان الملح له فوائد ومضار ، ولا بدّ من ان اذكر ان الافراط في استعماله يومياً يؤثر تأثيراً سيئاً جداً في اعضائنا بما يسببه من تصلب الشرايين ، والهرم الباكر — نتيجة تراكم الملح في خلايا الجسم

فعلينا اذن ان نرجع الى المثل القديم المأثور وهو : لا زائد ولا ناقص . . بل الاعتدال في كل شيء . وخير الامور اوسطها . فستُ غرامات من الملح يومياً مضافة الى اطعمتنا الاعتيادية يظهر انها المتوسط الكافي لدوام صحة الانسان وسلامة جسمه

الدكتور عبده رزق
طبيب مستشفى تذكار مود في الفورنه بالعراق

الزواج والصحة والفحص الطبي

هذه مقالة صريحة في موضوع عمراني حيوي ولا بدّ من مواجهة الحقائق في مثل هذه الموضوعات. فكثيرون من الوالدين يرفضون ان يزوجوا بناتهم من رجال ادمنوا المسكرات مثلاً ولكن التقاليد المرعية تمنعهم ان يسألوا هل طالب الزواج مصاب بمرض خبيث معد او لا . لذلك آثرنا نقل هذه المقالة المفيدة بتصرّف من مجلة الدسكفري العلمية

ان الاحوال التي يطلب فيها من الشاب ان يفحص جسمهُ فحصاً طبيًّا دقيقاً ويحصل على شهادة طبية رسمية قليلة جدًّا اشهرها حين التأمين على حياته في شركة من شركات التأمين الكبرى فيفحصه حينئذٍ احد اطباء الشركة . كذلك تطلب الحكومة مثل هذا الفحص ممن يطلب الانضمام الى مصلحة من مصالحها . وهذا عمل انقومسيون الطبي هنا . وفي بعض البلدان التجارية تطلب الشركات التجارية ذلك ممن يطلب الانضمام الى مكتب من مكاتبها البعيدة وهذا ما تفعلهُ شركتنا فاكوم وشل في مصر على ما نعلم. وفي كل هذه الاحوال لا يحسب طالب الشهادة الطبية او الفحص الطبي اهانة او امراً غريباً

وعلى الضد من ذلك نشاهد قلة الاهتمام بزواج فتيان هذا العصر وفتياته من الوجه الصحي . فشركات التأمين والحكومات والشركات التجارية تطلب شهادة صحية لتؤمن على مصالحها اذ تعلم ان من يتولى السهر على تلك المصالح كفوءٌ من الوجهة الصحية . ولكن ما اكثر الرجال الذين تراهم مستعدين للتضحية بسعادتهم مدى الحياة لانهم لم يهتموا بفحص صحتهم فحصاً طبيًّا دقيقاً والتأكد من انهم صالحون للزواج

فمن الواجب ان تتخذ خطة جديدة في امر الزواج . وكل الذين على اهبته سواء كانوا رجالاً او نساء وكل الآباء يجب ان يطالبوا بحق لهم وهو الوقوف على حالة طالب الزواج الصحية وهل هو سليم من الامراض المعدية. ثم من شاب يجرب ان يخفي عن خطيبهِ حالتهُ المالية مع ان الاسئلة التي توجهُ اليهِ في هذا الموضوع تحسب مخلة باللياقة ولكن الامور الصحية اهم بما لا يقاس من الامور المالية

كثيرون لا يعيرون علم « اصلاح النسل » Eugenics التفاتاً لانهم يرون ان قواعدهُ تقضي بان يكون المتزوجون من مستوى واحد في العقل والجسم والطبقة الاجتماعية وان عاطفة الحب الجنسي يجب الاَّ تكون الدليل الى الزواج وهذه امور لا يحتملها العمران الآن . لكن لماذا نختلف على الاسماء والمسألة المهمة بسيطة جدًّا وهي ان علم الطب ارتقى ارتقاءً كبيراً واصبح الطبيب البارع قادراً ان يشخص الامراض المعدية بدقة تامة . وكثيرون من المصابين بهذه الامراض لا يدرون انهم مصابون بها. لذلك يجب ان ينشأ رأي عام يقضي بفحص طالبي الزواج فحصاً طبيًّا دقيقاً واذا كانوا مصابين يجب ألاَّ يتزوجوا ما زالوا كذلك

فعلى والدكل فتاة ان يعرف هل زوجها العتيد مصاب بالسلّ مثلاً او بمرض زهري ، وتلك المعرفة في مصلحة ابنتهِ وهي مما يسهل الحصول عليهِ

مكروب السل معروف شكلهُ وكل بكتيريولوجي يستطيع البتَّ في هل هو في بصاق احد او لا. فاذا كان في بصاق احدٍ فصاحب ذلك البصاق يجب الاَّ يتزوج لانهُ اذا تزوج احدى امرأتهُ واولادهُ ايضاً. والحوادث التي تؤيد هذا القول كثيرة

***

كذلك امتحان الدم يظهر بصورة لا تقبل الشك هل صاحب الدم مصاب بمرض زهري. ولا شك ان القارىء يستطيع ان يعدّد الامثلة التي هدمت فيها سعادة عائلة اهمل مكروب احد هذه الامراض الخبيثة الى افرادها لان الوالد لم يهتم بفحص جسمهِ قبل اقدامهِ على الزواج

فالواجب يقضي اذاً على كل رجل شريف ان يكون على بينة من حالتهِ الصحية قبل ان يقدم على الزواج. ولكن كثيرين من الرجال يصابون بمرض خبيث معدٍ ولا يدرون لذلك يقع الواجب على والد الفتاة بان ينبه صهرهُ العتيد الى ذلك الامر وان لا يكتفي بعد ذلك الاَّ بشهادة طبية رسمية. وذلك لا يعني انهُ في حالة الاصابة يمنع عقد الزواج بين شاب وفتاة قد تحابّا بل يؤجل الزواج ما زال احدهما مصاباً وعلى المصاب ان يتعالج حتى ينال الشفاء التام وهذا ليس بالامر المستحيل على الطب في هذا العصر

وهناك مسألة الامراض العقلية الموروثة وهي معقدة لا يسهل البتُّ فيها كالسلّ وغيره. فقد تعلم فتاة ان خطيبها من والدين ماتا في بيمارستان المجانين وترفض الانفصال عنهُ وقد تكون في ذلك على حق ولكن خير لها ان تعرف ذلك قبل ان تعلن عزمها النهائي فان كون والديهِ مجنونين لا يستلزم انتقال الجنون اليهِ وهذا تشارلس لام احد كبار الكتّاب عند الانكليز كان ابن معتوهين واخا معتوه

كذلك قد يظهر الفحص الطبي ضعفاً في القلب وقد يصاب صاحب القلب الضعيف بما يقعدهُ عن العمل كل حياته. فيقول قائل ان زواجاً أبطل لهذا السبب يكون ابطاله مدعاة للخجل فنقول ان الاهتمام بمثل هذه المسألة يوازي الاهتمام بمسألة ثروة الخطيب على الاقل

***

لم نذكر حتى الآن فوائد فحص المرأة فحصاً طبيًّا قبل زواجها لان الرجل في الاسرة عليهِ المعوّل في اعالتها ولذلك يجب ان نعير صحتهُ التفاتاً كبيراً

لكنّ على المرأة ان تعرف بعض الحقائق عن حالتها الصحية لئلاّ يكون زواجها مجلبة للتعس والالم والشقاء. فبعض النساء تعسر عليهنَّ الولادة لسبب في تكوين اعضاء الولادة. وهناك بعض الامراض الوراثية التي لا تنتقل الاَّ بالنساء اشهرها النزف الدموي ولكنهُ نادر جدًّا لا يهمنا بحثه هنا

فالحاجة اذاً جلية غاية الجلاء وقد يأتي يوم يصبح الزواج المنعقد بين اثنين احدهما مصاب بمرض معدٍ جريمة يعاقب عليها. والوالد الذي يهمل البحث عن صحة صهرهِ العتيد باخلاص مسؤول لدى ابنتهِ التي يحق لها ان تعتمد عليهِ في ذلك

كلمة تمهيدية

أهمية التعليم المنزلي للفتاة

بقلم المربية الفاضلة فاطمة فهمي

الرجل بدون البيت وبدون المرأة شريد في هذا العالم . فاذا سلمنا بهذا الاعتراف وجب ان يكون شاغل الامة الاول هو البيت وتعليم ربة البيت ، ثم لا يهم بعد ذلك ماذا يكون شاغلها الثاني او الثالث ، فقد بعثت المرأة منذ البدء لتكوين البيت وتهذيب المعيشة فيهِ وتربية الاطفال وسيظل البيت يطلب منها الى ما شاء الله القيام بهذه المهمة رغم اتساع دائرة اعمالها اليوم . فاذا فهمت كل فتاة ذلك جيداً ما احتقرت البيت واعتبرت العمل فيهِ مهيناً لها بل رأت فيهِ عظمة المهنة التي خصّها بها الطبيعة

أقول ذلك وقلبي مفعم بالاسى إذ حينما ادركت وزارة المعارف خطر هذا التعليم لكل فتاة وشكى بعض الآباء خلو المناهج منهُ أدخلتهُ في باقي مدارسها (الثانوية للبنات) ولكن جعلتهُ علماً اختيارياً فلم يقبل عليهِ مع الاسف إلاَّ القليلات . وقد عتبت على طالبة ذكية عدم التحاقها بهذا القسم فكانت حجتها انهُ عمل شاق غير جذاب وترى انهُ من ظلم الرجل ان يخصها بهِ ! وهذا نقص في العقل دون شك اوجدهُ نقص التعليم المنزلي في التعليم العام . فلو جعلنا هذا التعليم أساساً لتعليم البنت مطلقاً ونهجنا فيهِ نهجاً صحيحاً كان وسيلة لتربية عقلها وقلبها واعتبرتهُ عملاً مثقفاً ذا خطورة اجتماعية وقومية واقتصادية ولاحترمت البيت وطاشت له وعملت من أجلهِ

وان اكبر وسيلة للقضاء على حب الترفه والراحة وعلى الاستخفاف بالحياة المنزلية التي يشكو منها العالم كله اليوم هو تعليم الفتاة واجبها التي بعثت من أجلها قبل كل شيء آخر — وليست العلوم المنزلية علوماً آلية كما يظن البعض ولكنها من الفنون الجميلة التي تثقف العقل وتربي حسن الذوق فإن كياسة ترتيب البيوت وملاحظة نظامها تفتن الفتاة بحب الاشياء الجميلة وتعلمها تقدير الجمال في الانسجام . وان الاشياء التي نراها كل يوم عادية تستطيع المرأة الملمة بفن التعليم المنزلي بحسن ترتيبها وتنسيقها ان تكسبها بهاء جديداً تتراءى في شكل فني طريف . وليس هذا فقط فقد تخلق ابهى الاشياء من لا شيء

ومنذ سنوات جاء ضمن اسئلة امتحان التدبير العملي لفتاة مصرية بانكلترا عمل ثلاث اشياء جديدة من ملابس بالية وقصاصات مختلفة من الاقمشة فعملت مظلة لمصباح من منديل للرأس من الحرير كالذي تلبسه الفلاحات عندنا . ثم نموذجاً صغيراً لستارة من البقتة السمراء بعد خياطة قطع عليها من قصاصات القماش المشجر فبدا كأنهُ ورد بالبوية ابدع صنعه واتقن تلوينه — واخيراً من

جميع القصاصات الباقية كوّنت وسادة تسر رؤيتها العين -- وقد احتفظت بها جميعها الى عهد قريب فكانت موضع اعجاب الكثير

وهذا مثل بسيط يتبين منه كيف يمكن الانتفاع بهذا الفن في كل خطوة من خطوات البيت — هذا عدا ما في خدمة الغير من اعضاء الاسرة لاسيما المرضى والشيوخ والاطفال وفي اصلاح ما أفسده الضعف وأفسدته الايام . واذا كانت بعض ممالك اوربا قد جعلت هذا الفن اجباريًّا كما انشأ بعضها جمعيات للعمل على منع المرأة من هجر منزلها فأولى بنا نحن الذين تئن بيوتنا من الفوضى ألاّ نخص طبقة دون سواها بهذا الجزء الهام من التعليم فانه لازم لجميع الطبقات على السواء . للفقيرة كي تعمل بنفسها والمتيسرة كي تعمل بمن يساعدها والغنية ليكون اشرافها اشراف الملم بجميع الامور فلا تنخدع بالظاهر ولا تعيش تحت رحمة الخدم طول حياتها . وقد فكرت وزارتنا في انشاء مدرسة عليا لتعليم هذا الفن تعليماً صحيحاً يتفق وثقافة الفتاة الحديثة . والامل كبير في تنفيذ الفكرة سريعاً وان كانت مدرسة واحدة لا تسدّ رمق الحاجة الاّ انها على كل حال تكون نواة صالحة لعدة مدارس في المستقبل وحينئذٍ تظفر بالمرأة الصالحة ويعهد راحة الانسان وخيره وهو «البيت»

***

والفتاة المصرية الى عهد قريب كانت تتعلم شؤون الدار من امها بالتقليد، على اعتبار ان التعليم المنزلي لا يحتاج الى دراسة نظرية منظمة، ولا يحتاج الى تعليم مدرسي . ولكن الاخذ بهذه الفكرة ، له خطره على الثقافة النسوية وعلى تطور البيت المصري

واظهر نتيجة لهذا ، الجمود في نظامنا المنزلي من طهي او حياكة او تنسيق لاثاث البيت . فالفتاة المصرية التي تعرف شيئاً من الطهي تنقله من امها او من الخادمات العارفات بذلك وهؤلاء عمن سبقهن وهكذا . لهذا كانت المحافظة على اساليب الطهي قوية ثابتة في حياتنا المنزلية : فألوان الطعام التي كانت مستعملة منذ قرن مضى ما زلنا نستعملها الى اليوم

والتجديد في الطهي امرٌ لا بد منهُ ، فالمواد الاولية التي نستعملها الآن في الطهي ليست هي المواد القليلة التي كانت معروفة في القرن الماضي ، فهذا بطبيعته قد وسّع دائرة الطهي . وليس للفتاة المصرية ان تعتمد فقط على التقليد في تعليمها المنزلي ، بل لا بد وان تعرف الاسس النظرية التي بنيت عليها التعاليم المنزلية ، وهذا ما يميز اليد العاملة ، من اليد المفكرة المتفتحة التي للفتاة المثقفة تثقيفاً شاملاً

وما نقوله عن التجديد في الطهي نقوله عن التجديد في تأثيث المنزل وعن الحياكة والتطريز وعن ادارة المنزل . كل هذا يؤكد لنا اهمية التعليم المنزلي المدرسي ، ويوضح لنا ان النهضة النسوية في مصر لا تزال قاصرة الى ان تعنى العناية اللائقة بأخص ما يعني المرأة وهو التعليم المنزلي

فاطمة فهمي

ناظرة مدرسة المعلمات بالقبة وخريجة لندن

عقل الطفل
في تطوره

بقلم احمد عطية الله

مقدمة عن الطفولة — ان اهتمام الآباء بمستقبل ابنائهم ، والتفكير في اعدادهم للغد ، يحدوهم الى تناسي حاضر هؤلاء الاطفال ولا يتيح لهم الفرصة للبحث في تكوين الطفل الجسمي والعقلي ، ولا في التطورات التي يسير عليها عاماً بعد عام منذ ولادته

فالطفل في نظر بعض الآباء وهو في سنته الثالثة هو نفسه في العاشرة من عمره ، بل ان كثيراً من الآباء لا يزالون يعاملون ابناءهم وقد اصبحوا شباناً كما كانوا يعاملونهم في سن السابعة ؟ وان كان يرجع بعض هذا الى تكوين العادة فيهم الا انه يوضح لنا ان اهتمام الآباء بدراسة اطفالهم دراسة جدية ، وعنايتهم بتعرف تطورات هؤلاء الاطفال الجسمية والنفسية ضعيف عند البعض ، بل ومنعدم عند البعض الآخر

ولا ينجم ضعف العناية بدراسة الاطفال عن اهمال فحسب ، بل ان القائمين بتربية الطفل آباء كانوا ام معلمين ، يكوّنون فكرة خاطئة عن تكوين الطفل وعن استعداده ، فيأخذونه بوسائل تعوق نموّه الطبيعي ، وتضر باستعداداته ، وتجعل عمل التربية مستحيلاً . فالاعتقاد الذي كان سائداً في القرون الوسطى بأن الطفل ما هو الا رجل صغير ، كان عاملاً اساسيًّا في فساد الوسائل التي كان يأخذ بها القائمون بالتعليم في تلك العصور ، كاهتمامهم بتقليده البالغين في لباسهم وفي تقاليدهم الاجتماعية وعنايتهم بتلقينه العلوم الفلسفية والدينية والاخلاقية

كيف بدأت دراسة الطفل — والنهضة العلمية الحديثة التي انفجرت في اوربا واميركا في اواخر القرن الماضي والتي عملت على تقدم كثير من العلوم والدراسات ، ساعدت ايضاً على ظهور علوم ودراسات لم تكن معروفة من قبل وكان هذا نتيجة لتقدم البحث وارتقاء طرق التنقيب في العلوم الاخرى . فدراسة الاطفال وهي احدى هذه الدراسات الجديدة ، لم تصر علماً مستقلاً له طرقه ومادته وأغراضه ، الا منذ نصف قرن . ولا شك ان عوامل لم تكن موجودة من قبل ساعدت على ظهور هذا العلم ، وعلى اعطائه المكانة التي له الآن . فمن هذه العوامل التقدم الكبير في دراسة علم النفس ، الذي يدور البحث فيه على مظاهر الحياة العقلية عند الانسان . فباتساع دائرة هذه الدراسة ابتدأ الباحثون يشعرون (اولاً) بأن هناك فروقاً بين الاستعداد العقلي للرجل البالغ وبين الاستعداد العقلي للطفل

(ثانياً) بأن الطفل يسير في مراحل حتى يصل الى طور الرجولة الكاملة ؛ وهذا التطور يحدث تدريجيًّا الى ان يقف في سن خاصة

(ثالثاً) ان لكل طور من اطوار الطفولة مميزات خاصة ؟

التربية ودراسة عقل الطفل — مشكلة التربية كانت عاملاً اساسيًّا على الاهتمام بجعل دراسة الطفل علماً مستقلاً له شأنه الخاص . ولقد اخذ هذا الاهتمام مظاهر متعددة ، منها انصراف جماعة من العلماء الى دراسة طبائع اطفالهم ، وجعل هؤلاء الاطفال ميداناً لابحاثهم وتجاربهم ، فجعلوا سجلاً لحياة هؤلاء الاطفال يقيدون فيه كل ما يشاهدونه ماثلاً في سلوكهم منذ ولادتهم . ومن هؤلاء داروين في انجلترا ، وبرير في المانيا ، واستانلي هول في امريكا ، فهذه الابحاث الفردية وان لم تكن قد جعلت دراسة الاطفال علماً مستقلا في نظريانه فهي على الاقل قد ولدت الميل لدراسة الطفل على انه موضوع حري بالدراسة

ثم ان تكوين جمعيات الآباء والامهات سارت خطوة جدية في تاريخ هذا العلم ؛ وان كانت النتائج التي وصلت اليها مثل هذه الجمعيات ليس من السهل ان تقرر صحتها لانها مبنية على المشاهدات الخاصة التي قد تخطىء وقد تصيب . الاّ ان هذه الجمعيات قد مهدت السبيل الى تكوين جمعيات اخرى قوامها الاخصائيون في الطب وعلم النفس جعلوا الطفل محور دراستهم وعلى هذه الابحاث تقدمت دراسة الطفولة ، تقدماً محسوساً في هذه السنين الاخيرة

وليست مشكلة التعليم فقط هي التي عملت على الاهتمام بدراسة الطفل ، بل ان تقدم المجمع الانساني خلق عوامل اخرى ، كان لها الفضل ايضاً في التوسع في دراسة الطفل

فمن هذه العوامل مشكلة تشغيل الاطفال في بعض المهن والصناعات ، وبحث انواع المهن التي تكون اصلح لاستعداد الاطفال الفسيولوجي والعقلي ، وعدد الساعات التي يشتغلها الطفل ؛ مع دراسة الاضرار التي تنجم عن تشغيل الاطفال في سن مبكرة

ثم هنالك مسألة الاجرام عند الاطفال ، ودراسة الاسباب الداعية له ، وتقدير مسئولية الاطفال القضائية والاخلاقية ، وبحث انواع العقوبات الناجعة لتلافي هذه الاضرار

ثم هنالك مسألة الشذوذ العقلي عند الاطفال ، والمظاهر الشاذة لسلوك الاطفال كالهرب من البيت والمدرسة ، والميل الى تكوين العصابات

كل هذه العوامل جعلت الاهتمام بدراسة الطفل ضرورية لا محيص منها . اذا اردنا ان نأخذ الطفل بالوسائل الانسانية الطبيعية

احمد عطية الله
عضو المجمع البريطاني لعلم النفس

المقال الثاني

معنى الطفولة ومميزاتها العامة وطرق دراستها

المقال الثالث

النمو الحسي عند الاطفال

المقال الرابع

تطور عقل الطفل من الولادة الى العام الثالث

الاولاد ودرس الطبيعة

كتاب الطبيعة مفتوح امام جميع الناس ، ودارسهُ لا يحتاج الى تعلُّم حروف الهجاء ولا الى درس لغة اجنبية ، بل يكتفي فيه ان يفتح الانسان عينيهِ واذنيهِ وينظر ويقابل ويستنتج . واذا كان لهُ منبه ينبههُ الى امامهُ ، ومرشد يرشده الى كيفية النظر والبحث والمقابلة جرى في هذا الدرس من تلقاء نفسهِ بعد ذلك . والاولاد يحبّون الطبيعة . انظر اليهم في بستان يمرحون بين اشجاره ورياحينهِ ويقطفون من اثماره وازهاره . او انظر اليهم على شاطىء البحر ، يجمعون الاصداف والاصداف ، او يحفرون خنادق الرمل ، ويبنون منهُ الدور والقلاع . او راقبهم يحتضنون اجراء الكلاب والهررة او يراقبون حركات الطيور في اقفاصها تجد انبهجة والحبور على وجوههم . وفي حركاتهم . حتى الطفل الصغير الذي لم يتاهز السنة يبتهج بمنظر جرو او عصفور اكثر مما يبتهج بمنظر والديه

ثم اذا كبر الولد وصار رجلا او امرأة ، كثرت مطالب الحياة عليهِ او اضطرَّ ان يوجه اهتمامه الى امور اخرى ، لكن الميل الى الطبيعة يبقى في نفسهِ ويعود الى شدَّتهِ متى شاخ . واذا ربي من صغره على درس الطبيعة ، وتعشقها وجد فيها عزاءً وسلوى عن هموم الحياة ومتاعبها ، فهما كان سنهُ

وهنا مجال واسع للامِّ الحكيمة لكي تربي اولادها على درس الطبيعة . مثال ذلك ان الاولاد يقطفون الازهار ويلعبون بها ثم يرمونها . فالام الحكيمة تلتفت اليها وتخبر ولدها كيف تنمو الازهار ، وكيف تتكوَّن البذور منها . والوقت الذي تنمو فيهِ من السنة . وتقابل زهرة باخرى . فيتعلَّم الولد منها اموراً كثيرة من علم النبات ، وهو غير منتقل بهم الدرس والمذاكرة ولا بدَّ ان يكون ذلك كلهُ بلغة يفهمها الولد ، وبصور وتشابيه يدركها عقلهُ

والاولاد يسرّون برؤية الطيور على الاشجار والاسماك في البرك . والام الحكيمة تستطيع ان تغتنم الفرص حين رؤيتها وتذكر لهم قصصاً كثيرة عن الطيور والاسماك تشرح لهم فيها طبائعها

ومعلوم ان الوالدة لا تستطيع شيئاً من ذلك ما لم تكن هي قد قرأت كتاب الطبيعة وطالعت كثيراً مما كتبه الكتَّاب في الموضوع . ومن هنا مقام علوم التاريخ الطبيعي والطبيعة في مدارس البنات

واذا ربي الولد على حب الطبيعة ، بقي عمره كله فرحاً بها وزاد ذلك في سروره ولين عريكته

ونرى في هذا الصدد ان ملك اسوج خرج مرة هو وزوجته يجولان لجمع النباتات والازهار وركبا حمارين ولم يكن معهما الاَّ خادم واحد فالتقى بهما رجل فرنسي من علماء النبات وظنهما مثله من علماء النبات ، وجال معهما وبقي الثلاثة يبحثون عن النباتات الى الظهر فطلب منهما ان يدلاه على مكان يتغدى فيه فقال لهُ الملك تعال هنا تغدينا في بيتنا فشكره العالم وسار معهما الى ان وقفا امام القصر . فالتفت العالم دهشاً . فقال له الملك الامر كما ترى وانا ملك اسوج ولكن ذلك لا يمنعك من ان تتغدى معنا . وكان حديث المائدة على النبات . وكذلك ترى ان عشاق الطبيعة متساوون في حبهم لها وفي نسبتهم اليها

مميزات الطفل النفسية

بين الثالثة والتاسعة من عمره

— ١ —

ان حواس الطفل في الدور الاول من حياته حساسة كالشرح الفوتوغرافي تتأثر بكل ما يقع من دائرتها وهي في هذا الدور من الحياة لا تزال كذلك وعليها يجب ان نعتمد في نقل الافكار الجديدة والمبادىء العلمية الاولية لانها منافذ النفس وأبواب العلوم

لو كان المعلم يستطيع ان ينقل الافكار من عقله الى عقل تلميذه كما ينقل قطعةً من الاثاث من مكان الى آخر لكان فن التعليم اسهل الفنون وابسطها بل لما كان فنًّا على الاطلاق . ولكن اتى له ان يفعل ذلك والتلميذ لديه معلومات محدودة نفذت الى مكامن عقله من طريق حواسه وكلما اراد المعلم ان يضيف الى هذه المعلومات شيئاً جديداً وجب عليه ان يفسره بعبارات مألوفة لدى الولد . على اننا لا نعلّم الولد سوى كلمات وعبارات لا يفهم لها معنى ولا يقوم لها في عقله صورة ما لم تكن في جزئياتها مطابقة لكلمات وعبارات عرفها قبلاً وان كان مجموعها جديداً

يعرف كاتب هذه السطور ولداً يُربي عمره على الثلاث سنوات اطعمتهُ امهُ في احد الايام قطعة من الحلوى المعروفة في لبنان «بالسنيوره» وذكرت امامهُ هذا الاسم وفي صباح اليوم الثاني جاءت الى بيتهم بائعة اللبن واتفق ان اسمها او كنيتها كان سنيوره فلما دعتها امه باسمها نظر اليها متعجباً وسألها قائلاً — انا اكلتك يا سنيوره فمن أين اتيت الآن ؟ ويروى ايضاً عن فتاة رأت شاربي خالها الصغيرين ولم تكن قد لاحظتهما من قبل فسألتهُ وأحرجتهُ بسؤالها — « أهذا حاجب تالك ؟ »

فالولد مثل كل احد من الناس لا يستطيع ان يدرك الجديد الاَّ بعد ان يجد فيهِ علاقات تربطهُ باشياء قديمة يعرفها . كذلك لا نقدر ان نتصوّر المستقبل الاَّ بدرس الماضي وما التاريخ سوى سلسلة منظومة الحلقات يرتبط تاليها بسابقها

فتقديم الافكار الجديدة بطريقة سهلة وبعبارات مألوفة لدى التلميذ ، تقرّب اليهِ المعنى وتسهّل عليهِ الفهم والادراك وهذا هو واجب المعلم الاكبر . وهو السرّ في نجاح بعض الكتّاب والمؤلفين واخفاق البعض الآخر . لذلك يتحتم على المعلم ان يدرس معارف تلاميذه قبل الشروع في تعليمهم لكي يصح على بيّنة مما هو فاعل والاَّ ذهبت اتعابهُ ادراج الرياح

— ٢ —

قوة التصور والخيال لها أثر كبير في تكييف حياة الولد في هذا الدور من الحياة ومن اهم مظاهرها

تعطشهُ لسماع القصص حتى أنهُ يتطلب الآن قصصاً مترابطة الاجزاء منسقة الحوادث تتلو مسبباتها اسبابها فترسم لهُ صوراً من الحياة فاذا كان المعلم محدثاً ماهراً قدر ان يستهوي الولد بقصصهِ وأحاديثهِ . وعليهِ ان لا يودعها المبادىء التنسقية العالية التي لا يتمكن الولد من ادراك كنهها . وزد على ذلك فان الولد يصبح قادراً في هذا الدور من الحياة على التفريق بين الحقيقة والخيال وتظهر فيهِ قوة التصور والتمييز والتفضيل واستعداد البسيط فبينما نرى الطفل في الدور الاول من طفولتهِ لا يفرّق بين القصص الوهمية الخرافية والحوادث الواقعية الحقيقية تجدهُ في هذا الدور وبوجهٍ خاص في نصفهِ الثاني ميزاً منتقداً يسأل « هل هذا صحيح ؟ » و « هل هذا في حيّز الامكان ؟ » والاشياء التي يصدّقها لمجرّد سماعها يطلب الآن ان يقف على اسرارها وخفاياها . فلذلك يجب على المعلّم ان يولجهُ قليلاً الى هيكل الحقيقة الفخم وان يطلعهُ على الاسرار البسيطة التي يقتدر ان يفهمها فيزداد بذلك كنز معارفهِ واختباراتهِ ويصبح مستعدّاً للدرجة الثانية في سلّم التقدم العلمي ومراتب النشوء الفكري مما سبق يتضح لنا ان قوة الفهم والادراك بدأت بالتنبُّه والظهور ولا يكتمل نموها الاّ في دور البلوغ

— ٣ —

لا يمرّ يوم جديد من حياة الولد الاّ ويأتيهِ باختبار جديد يضيفهُ الى اختباراتهِ السابقة ويبدأ بتفهم المبادىء الطبيعية البسيطة فيربطها بعضها ببعض ويوجد بينها علاقة السبب بالمسبب ويعلم انهُ اذا وقع السبب فلا بدَّ من وقوع المسبب . وعلى المعلّم ان يتوقف عن قصص الجن والحكايات الخرافية حينئذٍ لان تلميذهُ بدأ يدرك الحقيقة الطبيعية الكبرى في مبدأها الاولي — وهي ان الاشياء تسبب بعضها بعضاً

وهذا الانتقال لا يتم الاّ تدريجيًّا ولكنهُ يظهر في دور الطفولة الثاني. فوجود الولد في المدرسة يوسع دائرة اطلاعهِ وأفق نظرهِ الى الحياة ويولّد فيها افكاراً كثيرة لم يسبق لها وجود في عقلهِ فينمو نموًّا عقليًّا سريعاً . كذلك تكثر اسئلتهُ لانهُ يريد ان يفهم العلاقات المختلفة بين شتى الامور ليكوّن كلاًّ كاملاً في جميع جزئياتهِ ولذلك يريد ان يربط هذه الاجزاء بنواميس وقوانين شاملة يدركها ويفهمها هو . ومن هذا القبيل يتعرض المعلّم الى ارتكاب ثلاث اغاليط وهي :

١ — ان يحسب المعلم الولد قادراً على ادراك كل شيء مهما يكن بسيطاً فيفسر لهُ المبادىء العلمية الجديدة لديهِ كما لو كان يفسرها لشبان قد اكتملت فيهم قوى الفهم والادراك . نعم ان الولد شرع يفهم علاقة السبب بالمسبب لانهما يحدثان معاً في زمن واحد وفي مكان واحد. تشرق الشمس فينتشر النور في الآفاق . هو يعرف هذه الحقيقة لان الامرين يقعان في زمن واحد ولكنهُ لا يفهم التعليل الفلسفي ولا العلاقة المنطقية بين الشروق وانتشار النور . انهُ لا يستطيع ان يفهم هذه العلاقات قبل ادراك سن البلوغ حينما يكتمل فيهِ نمو القوى العاقلة

٢ — ان الاعمال الخاطئة في رأيهِ هي الاعمال التي يرافقها العقاب العنيف او غضب الوالدين

الشديد . والاعمال الحسنة هي التي يسرّ بها والداه واقاربهُ وتعود عليهِ بالثناء . فهو لا يستطيع ادراك القوانين الادبية بمعناها الفلسفي البعيد الغور ولكنه يفهمها كسبب ونتيجة لانهُ يحكم على الامور بعواقبها وعلى الحوادث بنتائجها . فلذلك يجب ان يكون نصحنا وارشادنا موافقاً لاعمالنا وسلوكنا فاذا قلنا ان الكذب ممنوع يجب ان نعاقب الولد كلما كذب حتى تثبت لهُ ان الكذب عاقبتهُ وبيلة واذا استدحنا الصدق امامهُ فعلينا ان نثني عليهِ حينما يصدق في اقوالهِ وافعالهِ او نجيزهُ على ذلك. على اننا قد نرى مسوّغاً لمخالفة بعض القوانين والخروج عليها في بعض الاحيان فنفعل غير ما نقول ، لسبب نعتقده كافياً ولكن يجب ان نتجنب هذه المخالفات امامهُ لانهُ غير قادر ان يفهم السبب حتى تكون الحجة بالغة والدليل قويًّا ، فيحدث ذلك تشويشاً في عقله ويصبح كأنه سائر في ظلمات حالكة يتلمس طريقه تلمساً ولا يهتدي الى السبيل القويم . يجب ان نحيطه بنظام ادبي شامل لا يتغير ولا يتبدّل فينشأ وللمبادىء والعادات التي كسبها في صغره سلطة النواميس الطبيعية وقوتها

٣ — الصراحة والاخلاص — ذكرنا ان الطفل في هذا الدور من الحياة كثير الاسئلة ولذلك يتحتم علينا ان نكون في اجوبتنا عنها مثالاً للصراحة والاخلاص . المقترنيْن بالحكمة فالولد الذي يسأل امهُ لتطلعهُ على حقيقة الغول ولا تصدقه الخبر لا يلبث ان يعرف خطأه حينما يضحك منهُ رفاقهُ في المدرسة فيترك ضحكهم اثراً سيئاً في نفسهِ فيعتقد ان امهُ عرضتهُ لتلك السخرية الاجتماعية لانها لا تخلص لهُ القول ولم تصارحهُ الحقيقة فيفقد ثقتهُ الكبيرة بها . والطفل في هذه السن باشد حاجة الى عطف الام وحنانها ونصحها وارشادها فاذا فقد ثقتهُ بها فعمن يلوذ ؟ كذلك المعلم الذي يطلب من تلاميذه ان يعتقدوا شيئاً لا يعتقده هو ولا يطلعهم على السبب الذي دفعه الى ذلك لانهم في رأيه لا يستطيعون ادراكه يرتكب الخطأ عينهُ لان الولد يلوم المعلم حينما يقف على جهلهِ وقد كان من واجب المعلم ان يطلعهُ بصراحة واخلاص على الحقيقة . غير التلميذ ان لا يذكر الموضوع امامه على الاطلاق من ان يذكره ناقصاً مشوّهاً

— ٤ —

ان الولد في هذا الدور يميل الى قراءة الروايات ومطالعة الاشعار القصصية الحماسية . فلنجرب ان نربي فيهِ عادة جيدة هي مطالعة الروايات الشهيرة المعروفة بحسن اسلوبها وبلاغة تعابيرها وما تحويهِ من الحكم والعبر . وقد يجيء التلميذ الى معلمهِ ويسأله أحقيقة وقائع تلك الرواية ام لا ؟ فعلى المعلم عندئذٍ ان يصدقهُ الخبر فيقول : كلاَّ ان هذه الحوادث كما هي ليست واقعية ولكن ألا تظن ان هناك حوادث كثيرة مثلها ؟ ألا تظن ان الحكم التي وعتها حكم غالية والنصح ثمين يحسن بنا الجري عليهِ فيصبح المعلم ملجأ التلميذ عند اضطراب بحر الوجود ، يعتمد عليهِ ويلوذ بهِ حين تقوم في وجهه مشاكل الحياة فيأتيهِ طالباً عونهُ وارشاده للسير في سبل النماء الفكري والادبي حتى يصبح قادراً ان يعتمد على نفسهِ . واذ ذاك تصير المبادىء التي كوّنها في صغره والاخلاق التي وضعت اركانها في طفولتهِ حصن حياتهِ الاجتماعية الحصين ومعقلها الثابت الاركان